



Na catequese de hoje o Papa Francisco reforça a importância da meditação cristã que é “colocar-se diante da Revelação divina para assumi-la completamente; é fazer a síntese entre a Palavra de Deus e o livro da vida”. Leia o resumo dessa reflexão.

Hoje falaremos de um tipo particular de oração: a meditação. Trata-se de uma prática que pode ser encontrada em várias religiões e, inclusive, em pessoas que não possuem uma concepção religiosa da vida. Isso nos indica que todos temos necessidade de meditar, de refletir, de nos encontrar com nós mesmos, reconhecendo que temos uma vida interior que não pode ser esmagada pelo ativismo frenético da nossa cultura contemporânea. Por outro lado, quando se fala de meditação num contexto cristão, é preciso afirmar que, mais do que uma busca do núcleo mais profundo do próprio eu, a meditação é um caminho para encontrar-se com Cristo, que é Aquele que nos dá paz interior, autodomínio e clarividência. Nesse sentido, a meditação é colocar-se diante da Revelação divina para assumi-la completamente; é fazer a síntese entre a Palavra de Deus e o livro da vida. Por isso, a meditação cristã deve incluir a dimensão intelectual, afetiva e emocional da pessoa, de modo que se experimente que Cristo nunca está distante, mas sempre se relaciona conosco e que n’Ele, somente n’Ele, nós podemos encontrar com nós mesmos.

[Clique aqui](#) e leia a catequese na íntegra.

Fonte: Vaticano